হিয়াংলমদা ইনভাইরোনমেন্ট এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

GOVERNMENT OF MANIPUR
FOREST OFFICE COMPLEX
ONE DAY ENVIRONMENT AWARENESS PROGRAMME
ORGANISED BY : DIVISIONAL FOREST OFFICER, THOUBAL
RANGE OFFICE, KAKCHING, LEGAL AID CLINIC, HIYANGLAM, MANIPUR VOLUNTARY HEALTH ASSOCIATION
VENUE : LEGAL AID CLINIC HALL, HIYANGLAM AWANG

হিয়াংলম, দিসেম্বর ৩০ (ঐচএনএস): ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্ট, লিগেল এইদস ক্লিনিক, হিয়াংলম, মণিপুর ভোলুন্টরি হেল্থ এসোসিএসন অমদি ওখো ত্রষ্ট, লাংমৈদোংনা পূন্না শীন্দুনা 'ৱান দে ইনভাইরোনমেন্ট এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম' অমা ঙসি হিয়াংলম অৱাং লৈকায় কম্যুনিতি হোলদা পাঙথোকখ্রে।

এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম অদুদা নাওরেম মুনাল মৈতৈ, রেঞ্জ ফোরেষ্ট ওফিসর/ককচীং অমদি সলাম রাজেস, ইনভাইরোনমেন্টেলিষ্টনা রিছোর্স পর্সনশিং ওইনা ৱা ঙাঙখি।

প্রোগ্রাম অদুদা নাওরেম মুনাল মৈতৈনা হায়খিবদা, ঙসি মণিপুরগী কায়থরক্লিবা ইনভাইরোনমেন্টপু কনবদা চীংমী-তম্মী পূন্না শরুক য়ামিন্নবা চঙই। তম্পাক্তা ইনভাইরোমন্টে অমদি ৱাইল্ডলাইফপু কন্নবা চঙশিল্লক্লিবা ঈহৌসি চীংগী লমদসু মীপূম খুদিংনা থম্মোয় শেংনা চঙশিনমিন্নবা মতম ওইরে। মদুতদা মণিপুরগী কায়থরক্লিবা ইনভাইরোনমেন্টপু কন্দুনা মতম অমগী ফজবদা শিংথানরম্বা মণিপুর অদু অমুক হঞ্জিলহনবা ঙমগনি হায়খি। সলাম রাজেশ, ইনভাইরোনমেন্টেলিষ্টনা ফোঙদোকখিবদা ঙসি মীওইবনা লাম্থেংনরিবা কোভিদ-১৯গী চৈথেং অসি ঐখোয়না ইনভাইরোনমেন্টপু শিংনরুবগী মহয়নি। মরম অসিনা ঐখোয় পূন্না ইনভাইরোনমেন্টপু কনমিন্নবা চঙই হায়খি।

ঙসিগী থৌরম অদুদা টি ঐচ নব নেসনল এৱার্দি, দেবলা লাইফ্রাকপম দি এফ ও/থৌবাল, ঙৌবা থৌনা লাইফ টাইম এচিভমেন্ট নেসনল এৱার্দি অমদি এল সুরজ সেক্রেটরি মণিপুর ভোলুন্টরি হেল্থ এসোসিএসন্না দেজদা ফমখি।

ক্রাইম এগেনষ্ট ৱিমেনগী কেসশিংগী ৱায়েল কুইনা চঙবনা অচুম্বা পুথোকপদা শিংনবা অমা ওইরে : দল্লিয়ু এ দি

ইম্ফাল, দিসেম্বর ৩০ (ঐচ এন এস): নুপীশিংগী মথক্তা চথুবা মীহাৎ-মীপূন য়াওনা মখল কয়াগী ক্রাইমশিংগা মরী লৈনবা কেসশিংগী ৱায়েল চথুবদা চহী ১০/২০ হেন্না চঙলকপা অসিনা থৌদোকশিং অদুগী মতাংদা অচুম্বা লংলা লংজিন পুথোক্লবা হোৎনবদা চাউনা শিংনবা অমা ওইরে। মতম শাংনা ৱায়েল চথুবা অসিনা কেসশিং অদুগী ইভিদেন্স মাঙশিল্লকপদা নত্তনা কেস অমগী ৱিটনেস ওইনা চোংথোক্কদবশিং অদুসু ৱারী ৱাখোঙ কাউথোকখিবগী অচৌবা মচাক অমসু ওইরে।

ৱাফমশিং অসি নুপী অঙাংশিংগী রাইটশিংগীদমক মাঙজিল থানা থবক তৌদুনা লাক্লবা ইম্ফালগী পেলেস কম্পাউন্দদা লৈবা ৱিমেন এক্সন ফোর দিভলপমেন্ট (দল্লিয়ু এ দি) গী সেক্রেটরি মংশাতাবম সোবিতানা ঙসি পাঙথোকখিবা 'রিফ্লেক্সন এন্দ ৱেল ফোরৱার্দ ওন ইস্যুজ এন্দ চেলেঞ্জেস ওফ ভাইওলেন্স এগেনষ্ট ৱিমেন এন্দ চিলদ্রেন ইন মণিপুর' হায়বা থিমগী মখাদা পাঙথোকখিবা নোংমগী ওইবা মীফম অমদা শরুক য়ারদুনা ফোঙদোকখিবনি।

দল্লিয়ু এ দি মশানসু শীন্দুনা হোটেল কাসলদা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা এম সোবিতানা মখা তানা ফোঙদোকখিবদা, ষ্টেট অসিগী ওইনা হৌখিবা চহী ১০ অসিদা চিংননিংঙাই ওইনা সুইসাইদ, গেঙ রেপ অমদি মর্দরগী তোঙান তোঙানবা থৌদোক ৫৫১ থোকখি। য়াম্লবা থৌদোকশিং অসিগী মনুংদা ৱায়েল চথুবা লোইদুনা ৱায়েলশিং অদুগী মতুংইন্না চেন্নবা মীওইশিংগী মথক্তা কনভিক্সন পীখিবগী চাংদি অদুক্কী মতিক নেম্না লৈরি হায়খি।

নুপীশিংদা চথুবা মীওৎ মীনৈগা মরী লৈননা কেস কয়া অমসু মতম শাংনা পন্দুনা লৈরকপা অসিনা কেসশিং অদুগী ভিক্টিমশিং শিবা ঙাইবগা পাঙ্খক ওইরি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই হায়নসু ফোঙদোকখি।

মহাক্না মখা তানা হায়, কেস মশীং হেনগৎলকপা অমদি পন্দুনা লৈরিবা কেসশিং লোইশিন্নবা হোৎনবদা মতমগা চুনবা মওংদা ত্রেন তৌরবা হোম দিপার্টমেন্টকী পর্সনেল অমদি ফার্ষ্ট ত্রেক কোর্ট হেন্না মপাঙ্গল কনখৎহনবগী মথৌ তারি। মণিপুরগী এসেমল্লি কন্সটিট্যুএন্সি খুদিংমক্কী মীহুৎ ওইরিবা এম এল এশিংনা মাগী মাগী কন্সটিট্যুএন্সিশিংদা নুপী অঙাংশিংগী মথক্তা চথুবা মীহাৎ মীপূন, মীওৎ-মীনৈগী থৌদোক থোকহল্লোই হায়না লাউথোকপগী মতম ওইরে হায়নসু ফোঙদোকখি।

ঙসিগী নোংমগী ওইবা মীফম অদুদা শরুক য়াখিবা যুনাইটেদ এন জি ও মিসন মণিপুরগী প্রসিদেন্ট কে ঐচ জিবনমলানা ষ্টেট অসিদা হাংলিবা দিষ্ট্রিক্ট চাইল্ড প্রোটেক্সন য়ুনিট (দি সী পি য়ু) শিং হেন্না মপাঙ্গল কনখৎহনবনা অঙাংশিংদা চথুবা মীওৎ মীনৈশিং হন্থহনবা ঙমগনি। লোয়ননা চীংগী মনুং হঞ্জিনবা দিষ্ট্রিক্টশিংদা পাক্তক্লনা চথরিবা মফম অদুদা লৈবা খুঞ্জাশিংগী কষ্টমরি প্রেক্টিসশিং শেমদোকপনা চীংগী মফমশিংগী নুপী-অঙাংশিংদা চথুবা থোকহন্নিংদবা থৌদোকশিং থোকপগী চাং হন্থহনবা ঙমগনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

অসাম রাইফলসনা লান্মীশিংগী থৌনা ফবা উৎপা এগজিবিসন অমা সেন্দ্রাদা পাঙথোকখ্রে

EK BHARAT SHRESHTHA BHARAT
MARTYRS OF NATION BY
31 ASSAM RIFLES
ON 30 ... 2020

ইম্ফাল, দিসেম্বর ৩০ (ঐচ এন এস): বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকীদা নত্তনা ষ্টেট অসিগী মরু ওইবা টুরিষ্ট সেন্টরশিংগী মনুংদা য়াওরিবা সেন্দ্রাদা ৩১শুবা বট্টালিয়ন অসাম রাইফলসকী ক্রূপশিংনা মফম অসিদা পাঙথোকপা মখোয়গী দ্যুটিশিংগী পরিং মনুং চন্না মথ্থায় কৎথোকখ্রবা লান্মীশিংগী থৌনা উৎপা শো কেজ অমসুং এগজিবিসন পাঙথোকখ্রে।

প্রোগ্রাম অসি চুড়াচান্দপুর সেক্টরগী মখাদা কাংভাইদা লৈবা ৩১শুবা অসাম রাইফলসনা শীন্দুনা ঙসি পাঙথোকখিবনি।

এগজিবিসন অসি পাঙথোকপগী মরু ওইবা ৱাখল্লোননা লৈবাক অসিবু ঙাক্লবগীদমক মথৌ পাঙথোকপদা সুপ্রিম সেক্রিফাইস তৌখ্রবা লান্মীশিংগী মতাংদা মীপূম তিংনা খঙহন্নবগীদমকনি। লোয়ননা হৌরক্লিবা নহা ওইরিবা মহৈরোয়শিং পূক্লিং অমসুং ৱাখলদা নেসনল সিক্যুরিটিগী থৌদাং লৌহনবগা লোয়ননা লৈবাক্কীদমক মথ্থায় কৎখ্রবা লান্মীশিং অদুগী থৌনা লিংজেল চেলহন্নবনি হায়রি।

এগজিবিসন অদুনা রিজন অসিগী মতিং লৈবা নহাশিংবু সিক্যুরিটি ফোর্সশিংদা য়াওহন্নীংবগী প্লেটফোর্ম অমসু ওইখি হায়রি।

ঙসিগী থৌরম অদুদা শরুক য়াখিবা নহা ওইরিবা মহৈরোয়শিং অদুগী মমা-মপাশিং অমসুং ওজাশিংনা অসিগুম্বা মখলগী এগজিবিসন অমা পাঙথোকপগীদমক অসাম রাইফলসপু তৌবীমল খঙবা উৎখি।

থৌরম অসিনা মহৈরোয়শিং অসিগী করিয়রদা লৈবাক অসিগী আর্মদ ফোর্স অমা ওইনীংবগী ৱাখল্লোন চেলহল্লগনি হায়রি।

ম্যান্মারগী টু হ্বিলর বাইক তরুক অসাম রাইফলসনা ফাগৎখ্রে

ইম্ফাল, দিসেম্বর ৩০ (ঐচ এন এস): ইন্সপেক্টর জেনরেল, অসাম রাইফলসকী ঙসি থোরকখিবা চেরোল অমদা ম্যান্মারদগী লৈবাক অদুগী টু হ্বিলর তরুকখক ইন্দো-ম্যান্মার ঙমখৈ লানশিল্লক্তুনা ইন্দিয়ন টেরিটরিদা চঙশিল্লকপগীদমক ফাগৎলে হায়রি।

থৌদোক অসি ঙরাং লৈবাক অনীগী তাইনবা ঙমখৈ পরিংদা লৈরিবা ঐচ লাংচাম ভিলেজগী মফম অমদা থোকখিবনি হায়রি।

ম্যান্মার ওরিজিন ওইবা টু হ্বিলরশিং অসিনা লৈবাক অসিগী ঙমখৈদা ইলিগেল ওইবা মওংদা থৌজিল্লকপদগী অসাম রাইফলসকী ক্রূপশিংনা ঙরাং নোংঙাল্লমদাই পুং ২ রোম তারকপদা মখোয়বু ইন্টরসেফ তৌদুনা লেপ্পনবা হায়খি।

অসাম রাইফলসশিং অদু লৈবাক অনীগী তাইনবা ঙমখৈ পরেংগী মফমশিং অসিদা এরিয়া দোমিনেসনগী দ্যুটি পাঙথোকখিবা পর্সনেলশিংনি। মখোয়না টু হ্বিলরশিং অদুবু লেপ্পবা হায়বদা মসিবু থৌরকখিবা মীওইশিং অদুনা ঐচ লাংচাম হায়রিবা খুল অদুগী মফম অদুদা গাড়ীশিং অদু হুন্দোক্লম্লগা অমম্বা অমসুং অশোংবা নারক্কী খুদোংচাবা লৌরদুনা ম্যান্মার রোমদা নাম্থোক্তুনা চেনশিনখিবনি হায়রি।

শকখঙদবা মীওইশিং অদুনা হুন্দোক্লমখিবা ম্যান্মারনা শাবা তোঙান তোঙানবা টু হ্বিলর তরুক অদুগী মনাক্তা চঙশিন্দুনা স্পোট ভেরিফিকেসন তৌখিবা মতমদা গাড়ীশিং অদুদা দিজল হাপ্পবা পাত্র (জেরিকেন) ৩০ য়াওরমখিবগা লোয়ননা বিয়রগী কেস মরীসু য়াওরমখি হায়রি।

হায়রিবা পোৎলমশিং অদু অসাম রাইফলসকী ক্রূপশিং অদুনা থেংনবদগী সিজ তৌদুনা পুরক্লবা মতুংদা থৌদোক অদুগা মরী লৈননা মখা তাবা লিগেল এক্সনশিং লৌখৎনবগীদমক মোরে টাউন্দদা লৈবা কষ্টমসকী প্রিভেন্টিভ ফোর্সকী ওফিসলশিংদা হকথেংননা খূৎশিন্নখি হায়রি।

খূৎশিন্নখিবা পোৎলমশিং অদুগী মনুংদা ফাগৎলকখিবা টু হ্বিলরশিং অদুসু য়াওখি হায়রি।

পনবা য়াবদি, ইন্দো- ম্যান্মার ঙমখৈ পরিংদা এরিয়া দোমিনেসনগী য়াওনা রোদ ওপনিং পেট্রোল (আর ও পি) দ্যুটিনচিংবগীদমক এসাইন তৌরিবা অসাম রাইফলসকী ক্রূপশিংনা ম্যান্মার রোমদগী লোগী ৱাংমদা পুশিল্লকপা খোঙউপ অমসুং সুপারিনচিংবা য়াওনা অতৈ পোৎলম কয়া লেপ্পুনা ফাগৎলক্লিবনি।

নুমিৎ হুমনিগী চেঙ্গুম থাবগী ত্রেনিং লোইশিনখ্রে

KRC
3 DAYS
MUSHROOM TRAINING PROGRAMME

থৌবাল, দিসেম্বর ৩০ (ঐচএনএস): হোর্টিকলচর এন্দ সোইল কঞ্জার্ভেসন থৌবাল অমদি ক্ষেত্রিলৈকায় রাইজিং ক্লব, থৌবাল অনীনা খূৎশম্ননা শিন্দুনা থা অসিগী ২৮দগী চথরকপা নুমিৎ হুমনিগী মশরুম কলটিভেসন ত্রেনিং প্রোগ্রাম অদু ঙসি লোইশিনখ্রে।

ত্রেনিং প্রোগ্রাম অদু লোইশিনবা নুমিৎকী থৌরমদা থৌবাল ম্যুনিসিপাল কাউন্সিলগী ৱার্দ নম্বর ৩গী কাউন্সিল্লর পুয়াম জোটেশ্বর মৈতৈনা অথোইবা মীথুংলেন ওইনা শরুক য়াখি।

লোয়ননা লোইশিনবা নুমিৎ অদুদা হোর্টিকলচর দিপার্টমেন্টকী এ ও এন জগৎচন্দ্র জুনিয়র সবজেক্ট মেট্টর স্পেসলিষ্ট হোর্টিকলচর থৌবালনা চাবা য়াবা মশরুমগী মরমদা অমদি থাবগী মতাংদা তাকপীখি।

লৌশিং পুক্কে

হাইপরটেন্সনগী মরমদা মীয়াম্না লান্না থাজনবশিং-২

অরানবা ৱাফম-৪: ইশাদা হাইপরটেন্সন লৈরবদি লাইওং উবা ফংগনি

হাইপরটেন্সন দিটেক্ট তৌনবগী অমত্তা ঙায়রবা পান্থৈদি ব্লদ প্রেসর ওনবনি। মীওই অমদা হাইপরটেন্সন লৈরে হায়বগী খুদম-চাংদম নৎত্রগা লাইওং অনম্বনা উৎকন্দে।

য়ু এসতা হৌজিক হৌজিক হাইপরটেন্সন লৈবা মীওই মিল্লিয়ন ৭৫ রোম লৈ। মখোয়শিং অসিগী মনুংদা মীওই মিল্লিয়ন ১১ রোমদি মশাদা হাইপরটেন্সন লৈ হায়বা খঙজদে। মরম অসিননি এক্সপার্ট খরনা হাইপরটেন্সন অসিবু 'সাইলেন্ট কিল্লর' হায়না খঙনরিবসি।

অরানবা ৱাফম-৫: ঐ থুম শীজিন্নদে, অদুনা ঐ ইশাগী সোদিয়ম চাবগী চাংগীদমক মিপাইনিংঙাই ওইদে

দল্লিয়ু ঐচ ওনা রেক্কমেন্দ তৌবগী মতুংইন্না ব্লদ প্রেসর চাং চানা থম্বদা মতেং পাংনবগীদমক মীওই অমনা নোংমদা থুম গ্রাম ৫দগী তাথনা চাগদবনি হায়রি। মালেমগী মীওই খুদিংমক্না থুম চাবগী চাং হন্থদুনা রেক্কমেন্দ তৌরিবা চাং অসিদা চারবদি চহী খুদিংগী মীওই মিল্লিয়ন ২.৫ শিগদবদগী কনবা ঙমগনি হায়রি।

অদুমওইনমক মীয়াম্না শীজিন্নরিবা থুম অসিখক্তং চাদ্রগা মীওই অমনা থুম শীজিন্নবগী চাং হন্থরে হায়বদি মতীক চাদে। দুকান্দগী লৈরগা চারিবা অচা-অথকশিংদা পীরিবা মচলশিংগী লেবেল অদু য়েংবা মরু ওই। চানা-থক্লবা পোৎলম কয়ামরুমদা থুম য়াওই, চীঞ্জাক খরদদি থুমগী চাং য়াম্না ৱাংনা য়াওই।

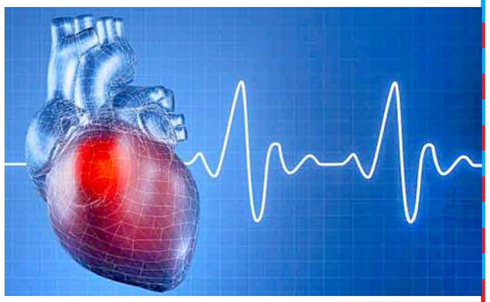
সী দি সীগী মতুংইন্না ঐখোয়না নোংমদা শীজিন্নবা অপুনবা সোদিয়মগী চাদা ৪০দি ঐখোয়না চানরিবা পোৎলমশিংদগী ফংই। পোৎলমশিং অদুদি-দবলরুতি, পিজা, সেন্দৱিচ, সুপ, চিপ, পোপকোর্ন, ক্রেকর, চিকন, চিজ, য়েরুম অসিনচিংবনি।

অল্ট্রাপ্রোসেস্দ ফুদশিংদা মরুওইনা থুমগী চাং য়াম্না ৱাংনা য়াওই। মখল অসিগী মনুং চন্না সোফ্ট দ্রিঙ্ক, চোকোলেট, চিপ্স, কেন্দি, স্বিটন্দ ব্রেকফাষ্ট সিরিয়ল, অমদি পেকেজ্দ সুপনচিংবশিং অসি চাবনা অতোপ্পা খুদোংচাদবশিংসু থোকহল্লকপদা অচৌবা থৌদাং লৌবা য়াই।

খুদম ওইনা, মীওই ১০০,০০০ হেনবগী দেটা য়াওবা ষ্টদি অমদা দাইটতা অল্ট্রাপ্রোসেস্দ ফুদ য়াওবগী চাং চাদা ১০ হেনগৎপা মতমদা কেন্সর মখল পুম্নমক অমসুং ব্রেস কেন্সরগী রিস্ক চাদা ১০ হেনগৎপা থেংনখি।

অরানবা ৱাফম-৬: হীদাক-লাংথক চাবদগী ব্লদ প্রেসর নোর্মেল ওইরক্লবদি হীদাক চাবা তোকপা য়ারে

হাইপরটেন্সনগী হীদাক-লাংথক চাবা মীওই অমনা মশাগী ব্লদ প্রেসর অদু চাং চানা হন্থরকপা থেংনবা য়াই। অদুমওইনমক মীওই কয়াগী ওইনদি ব্লদ প্রেসর হায়বসি পুন্সি চুপ্পগী লাইচেন্নরগদবা ফিভম অমনি।



দোক্টরগী রেক্কমেন্দেসন নীংথিনা ইনবা মরু ওই, অমদি দোক্টরনা হীদাক-লাংথক চাবা তোকপা য়ারে নৎত্রগা চাং হন্থবা য়ারে হায়রবা মতমদখক চাবা তোকপা নৎত্রগা চাং হন্থনা চাবা তৌগদবনি। অমেরিকান হার্ট এসোসিয়সন (এ ঐচ এ)গী মতুংইন্না ব্লদ প্রেসর ৱাংবগী ট্রিটমেন্ট হায়বসি পুন্সি চুপ্পগী চথরগদবনি হায়না খনবা য়াই। করিগুম্বা মতমদা মীওই অমগী নোর্মেল ওইবা ব্লদ প্রেসরদা হন্থরক্তুনা চহী অমা নৎত্রগা অমদগী হেন্না মেন্টেন তৌরক্লবা মতুংদা দোক্টরনা হীদাক্কী দোজ হন্থহল্লকপা য়াই। অদুবু লায়েং অদু পুম্লেপ লেপ্পা হায়বসিদি য়াম্না তাঙনা থোকই হায়রি।

অরানবা ৱাফম-৭: হাইপরটেন্সন অসি লায়েংলগা মপুঙ ফানা ফহনবা য়াই

হৌজিকমক্কী ওইনদি হাইপরটেন্সন ফহন্নবা লায়েং অমত্তা লৈত্রি। অদুমওইনমক মদুবু মেনেজ তৌনবা অমদি মদুনা হকশেলদা পীরক্কদবা চৈথেংশিং অদু হন্থহন্নবগী পান্থৈশিংদি লৈ।

খুদম ওইনা য়ু থকপগী চাং ককথবা, হকচাংদা কান্নবা দাইট চাবা, হকচাং শাজেল তৌবা, ষ্ট্রেস মেনেজ তৌবা, মৈখু শীজিন্নবা তোকপা, হকচাংগী অরুম্বা চাং চানা থম্বা, অমদি হীদাক-লাংথক চাবা অসিনচিংবা তৌবনা হাইপরটেন্সন মেনেজ তৌদুনা মসিদগী ওইহল্লক্কদবা খুদোংচাদবশিং হন্থহনবদা মতেং পাংবা ঙমই।

অরানবা ৱাফম-৮: হাইপরটেন্সন অসি নুপাদখক্তং নাই

মীওই খুদিংমক্তা হাইপরটেন্সন দিভেলপ তৌরকপা য়াবগী ওইথোকপা লৈরবসু, মশাগী চহী ৪৫ শুদ্রিফাওবদি নুপাশিংদনা হেন্না রিস্ক ৱাংই। চহী ৪৫-৬৫ য়ৌখ্রবদি নুপা-নুপী অনীমক ব্লদ প্রেসর ৱাংবগী খুদোংচাদবা লৈরকপা য়াবগী রিস্ক চপ মান্নরে।

অদুমওইনমক চহী ৬৪ লাম্থোকখ্রবদি নুপাদগী নুপীদনা হেন্না হাইপরটেন্সনগী রিস্ক ৱাংবা ওইনা তৌরি।

হাইপরটেন্সনগী মরমদা মীয়াম্না তারিবা ৱাফমশিংগী মরক্তগী করম্বনা অচুম্বনো করম্বনা অরানবনো খঙবা অসিনা খুদোংচাদবা ফিভম অসিদগী ঙাকথোক্লবা অমদি মেনেজ তৌনবা হোৎনবদা চাউনা মতেং পাংগনি।

য়েৎনবা লৈরম্বা য়ানবা পুরকখ্রে

ককচীং, দিসেম্বর ৩০ (ঐচএনএস): পি এম জি এস ৱাইগী মখাদা ককচীং দিষ্ট্রিক্টকী ৱাবগাই কৈরক লৈরক অচৌবগী সেংমাই তুরেল মথক্তা আর সী সী ব্রিজ অমা শাবগী মতাংদা লৈরম্বা য়েৎনবা অদু ঙসি ৱাবগাই কন্সটিট্যুএন্সিগী হান্নগী এম এল এ ওইরম্বা হৌজিক্লা বি জে পি মণিপুর প্রদেশকী ভাইস প্রসিদেন্ট ওইরিবা উসম দেবেননা হোৎনদুনা ৱারোইশিন পুরকখ্রে। লোয়ননা নৌনা লম্বী শেম্বদা শোকখিবা লন্নাই মীওইশিং লমগী কম্পেন্সেসন পীনবা এক্স এম এল এ অসিনা ক্লবতা লুপা লাখ ১গা লিশীং ২০গী মতেং অমসু পীখ্রে।

হীরম অসিগী মতাংদা ঙসি ৱাবগাই কৈরক লৈরক অচৌবদা লৈবা সোসল ৱার্কর ক্লবতা পাঙথোকখিবা অচম্বা থৌরম অমদা শরুক য়াখিবা এক্স এম এল এ য়ু দেবেননা হায়খিবদা এ সী অসিগী য়াম্না মরু ওইগদবা থোং অসি মতম কয়াগী মমাঙদগী শাবগী মতাংদা য়েৎনবা অমা লৈরম্বনি। অদুবু ঙসিদি মায়কৈ অনী ৱারী শানদুনা ৱারোইশিন অমা পুরক্লবনিনা থোং অসি অথুবা মতমদা লোইশিলহন্নবা মরী লৈনবা ওথোরিটিশিংদা প্রেসর পীরগনি। লোয়ননা থোঙ শাবা অমদি লম্বী শেম্বা অসি পি এম জি এস ৱাই স্কিমগী মখাদা ওইবনা লম্বীগী কম্পেন্সেসনগী শেনফম য়াওরক্তবনা ক্লবশিংনা লম পুথোকপদা থেংনরিবা অৱাবা অসি য়েংলগা মহাক্না শেনফম অসি মতেং পাংবনি হায়খি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাল্লি

অনৌবা চহী ২০২১না লাকপদা কোভিদ-১৯ মুৎখিদুনা ঙীং-তপ্পা মালেম অমা পুরকপা ওইরসনু

কুমজা ২০২০ চৎখিগদবা অসি খল্লুবদা তশেংনা পুক্লিং য়াম্না নুংশি। অমরোমদা নুংঙাইবা অমদি ফাওই হায়বসু হায়ফম খঙদে। মরমদি কুমজা ২০১৯ চৎখিদুনা ২০২০ লাকখিবা মতমদা মীওই কয়ানা মঙলান কয়া শাগৎখি। অদুবু চহী হৌরকপা ইকুই কুইদ্রিঙৈদা মালেম শিনবা থুংনা কোভিদ-১৯ লায়না লাইচৎ লাকখিবনা মীপুম খুদিংগী মঙলান অয়াম্বনা কায়বা হায়বদু থোকখি। অমরোমদা লাইচৎ অসিনা মরম ওইদুনা মীয়াম খম থেংনা ৱানবগা লোয়ননা মীপুম খুদিংনা পাঙথোক্কে খন্নখিবা থবক থৌরম কয়া অমা ফাওবা পাঙথোকপা ঙম্নখিদবা চহী অমা হায়বদু ওইখ্রে। লৈবাক মীয়াম্নসু ৱাখল ফাথমিন্নদুনা চৎখিগদৌরবা চহী ২০২০না পীরম্বা তমজনিংঙাই ওইবা পোৎশক কয়া অদুবু থাগোন্নদুনা হেন্না নুংঙাই-য়াইফবা মালেম অমা পুরকপা ঙম্নবা হোৎনমিন্নসি। কোভিদ-১৯ হৌরকপা মতমদা লোকদাউন লৈখিবা মরম্না ইনাক খুনবা অমদি লায়রবা মীপুম খুদিংমক্না চান-থক্নবা পোৎলম ফংদবনা পূম্নমক ৱামিন্নখি। শেল পায়রবসু চান-থক্লবা পোৎলমশিং লৈবা ফংখিদে। মরম অদুনা ৱাখল চাওথোক্তুনা পোৎথোক মরাং কায়না পুথোক্তুনা মীপাল তাংদবা লমদম অমা ওইনবা অমত্তা ওইনা হোৎনমিন্নরসি হায়জরি।

❒ **কিরনকুমার নিংথৌজাম, খাঙবোক মখা নাউরেম লৈকায়**

কোভিদ-১৯ হৌরকখিবদগী ঙসি ফাওবা ওল্ড এজ পেন্সন ফংদনা লৈরিবসি মীৎয়েং চঙবিয়ু

সোসল ৱেলফেয়র দিপার্টমেন্টনা মণিপুরদা লৈরিবা চহী য়াম্লবা অহলশিংদা পীরিবা ওল্ড এজ পেন্সনগী শেনফম কোভিদ-১৯ হেক হৌরকপদগী ঙসি ফাওবা ফংহন্দনা লাক্লি। লায়না লাইচৎ অসিগী মরক্তা খ্বাইদগী হেন্না খুদোংথিবা মায়োক্নরিবা অসি চহী ৬০দগী হেল্লবা পেন্সন স্কিম অসিগী মনুং চল্লিবা মীওইশিংনি। লাইচৎ অসিনা মরম ওইদুনা পেন্সন ফংদনা পুন্সি লোমখিবা মীওই কয়াসু য়াওখ্রে। ঙসিসু কোভিদ-১৯গী অৱা চৈথেং নংলবা ইমুংশিংগী অহলশিংনা চানিংবা-শেৎনিংবা মনিং থুংদনা কৈদৌঙৈ পেন্সন ফংগদগে হায়না শোন্নরি। লৈঙাক্লসু শুবা-নোম্বা ঙমজদ্রবা অহলশিংগী থা অমদা পীরিবা পিকখ্রবা লুপা ২০০গী পেন্সন মতম চানা পীথোকহন্নিংই। পেন্সনগী শেনফম অসিসু মতমগা চুনবা মওংদা য়ামদ্রবদা লুপা ৫০০ ফাওবদি শুনা হেনগৎহন্নিংই। কোভিদ-১৯গী অৱাবা উবিরদুনা ওল্ড এজ পেন্সগী শেনফম ইমুংগী মীওই অমনা লৌথোকপা য়ানবা মরি লৈনবা বেঙ্কশিংনসু অয়াবা পীবিয়ু। লোয়ননা ওল্ড এজ পেন্সনগী লৈখিদ্রবশিংগী শেনফম লৌথোকপা য়াদনা মৎখিবসু কোঙ্গাইনি, মসি তৌফম থোক্তবনি। লৈখিদবগী চহী অদুদা লাকখিবা শেনফম অদুদি পীফম থোকই হায়বা ৱাফম থমজনিংই।

❒ **য়ুমখাইবম ইনাউচা, তোপ মখা লৈকায়**

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৩১।১২।২০২০ইং, শগোলশেন; অয়ুক পুং ৭.৪৯ ফাওবা পোইনুগী ১৬নি পাল্লি, মতুংদি ১৭নি পাল্লনি।

মেষ : নুমিৎয়ুংবা মতুং ফাওবা নীংবা থুংবা, লাইবক ফবা পান্নদি মরুপ মপাংগী মতেং ফংবা ওইগনি। মহু চাওবনদি নরলদা মীতাই-চিঞ্জাক কামগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - অথেংবদা নুংঙাইবা ফংজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

বৃষ : থেংলপ্না নীংজবা থুংবা, অফবা মফম ফংবা অমদি মীচং ফংবা লৈগনি। মীতোপ কাহেন্না থাজগনু অমদি মরুপ খনবা হৈত্রবদি পামদবা নংবা শোয়রোই।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক খরদি ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

মিথুন : নুমিৎয়ুংবা মতুং ফাওবা ওইজ-ওইথক য়াম্না ফংজগনি অমদি পাঙ্গল ফুদোকপা য়াবা নুমিৎনি। মরুপ মপাংনা য়ানবা নাপল থাদোকউ-তহাগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - অনম তানগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কর্কট : থেংলপ্না হরাওবা, নীংবা থুংবা, লাইবক ফবা অমদি অফবা মীংচৎ ফংবা লৈগনি। ঙাঙ-শকপদি য়াম্না হৈগনি অমদি অরং অরাক ফংবা য়াবসু লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - য়েৎনবা পামগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : অনীংবা থবক পাংগনি, মীয়াম লোইনবদা নুংঙাইবা ফংজগনি অমদি নঙগী নক্লবা মীশিংনা চানবীগনি। লম চৎপা অমদি শকখঙদবা লোঙনবদি মাঙবা য়াই।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিজোক/থোইদিং অমুবা।

কন্যা : নীংবা থুংগনি, থৌ পাংগনি, লাই-গুরুনা চানবী অমদি মীয়াম লোয়নবনা নুংঙাইবা ফংজৈ। মরুপকা অনম তান্নবা য়াবা লৈ। তপথৌ -শাফগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা : নুংথিলদা মীপাইরম্বা কোকচদুনা অনৌবা অশা লাক্কনি অমদি অনিংবা পাংলগনি। থাজদনা ফমথোল ফংবগুম নুংঙাইবসু লৈগনি অমদি থৌনা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - খোইরাংলসু নীংবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক : পূক্লিং ৱাবা লৈতনবা অমদি লৌশিং ফুদোকপা ৱাদনবা নাইতোম ৱারেপ লৌগনু। মরুপ মপাং অমদি মরী মতানা থোইনা চানবীবনা কান্নবা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - পূক্লিং ফাথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/ফৌ।

ধনু : নুংথিল ফাওবা নীংবা থুংগনি অমদি অনৌবা থৌরম পাংবা শোয়দনা মহয় য়ানগনি। খল্লুদবা নুংঙাইবা অমদি ওইজবসু ফংজগনি। নাপলদি খক তৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - ঈরাং পুগনু-ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মকর : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা নুমিৎনি অমদি মীচং হেনগৎকনি। অদুবু মরুপ মপাংনা ৱারৌবা অমদি অঙম তানবনা কাইনবগী নুংঙাইতবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কুম্বা : নুংথিলদগী মতম মাঙবা ফরদুনা নীংবা থুংবা অমদি থৌনা ফুদোক্না থৌপাংবদা মায় পাকপৈ নুংঙাইবা লৈগনি। হকচাংদি নুংঙাইবা ৱাৎকনি-অঙম তানগনু।।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন : খাঙবা কনবৈ ওইজবা ফংগনি, লমদৈ কান্নবা ফংগনি অমদি নুংঙাইবা লৈগনি। অফবা লৌশিংসু ফংজগনি অমদি হকচাংসু খিংলনি। খুৎতি চাওগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মহৌশাগুম ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।